

第207期中華民國98年4月號

《80年12月創刊》



# 市圖之窗

發行人 曾淑賢  
發行所 臺北市立圖書館  
主編 王莒茵  
地址 臺北市建國南路二段125號  
電話 (02) 27552823  
網址 <http://www.tpml.edu.tw>  
電子資源網址  
<http://tml-132.tpml.edu.tw/publication>  
臺北市民當家熱線 1999 (外縣市02-27208889)  
印刷 中益彩色製版印刷有限公司  
電話 (02) 22400055  
局版臺誌字第九〇九〇號

## 藏不住的書香愛

在經濟不景氣的時代，閱讀可以成為下一世代躍起的力量。  
我們何等幸福，仍能堅守在工作崗位上，成為社會穩定的力量。  
除了珍惜擁有的幸福，相信您一定也有能力關懷身旁的人。

在臺北

許多的孩子因為大人忙於生計，無法帶他們來到圖書館閱讀；  
也有許多孩子身處經濟資源低弱的環境，閱讀資源明顯不足。

## 一書一力量 把愛傳出來

臺北市立圖書館、好書大家讀童書委員會  
邀請您一同響應「藏不住的書香愛」募書活動，  
將一本一本的好書送到需要的孩子們手中，  
成為孩子們躍起時的重要支持力量。

- ♥ 我們需要適合兒童、青少年閱讀的書籍，種數與數量均不限，但須為新書。
- ♥ 您的贈書我們將全數贈予臺北市南區、北區家扶中心以及6所位於嘉義、南投、屏東等偏遠地區的小學，提供孩子們優質的閱讀資源。
- ♥ 您的贈書可以親送或郵寄至臺北市立圖書館總館1樓推廣課，贈書時請註明響應「藏不住的書香愛」活動。

送書地址：10659 臺北市大安區建國南路2段125號  
連絡電話：02-27091605



## 2008

## 年度最佳少年兒童讀物評選揭曉

2008好書大家讀年度最佳少年兒童讀物得獎圖書已於3月28日揭曉，為鼓勵創作與出版優質兒童讀物，本館於3月28日下午假總館10樓會議廳舉辦贈獎典禮，邀請獲獎出版社、創作者、編輯人以及評審委員一同參加這場童書出版界一年一度的盛會。

2008「好書大家讀」年度最佳少年兒童讀物計有2套套書（共4冊）和82本單冊圖書獲獎。在獲獎的86本好書中，包含故事文學33冊、非故事文學7冊、圖畫書及幼兒讀物21冊、知識性讀物25冊。

如何為孩童們挑選好書一直是家長、教師和學校們共同面臨到的重要課題，「好書大家讀」評選活動迄今已邁向第18個年頭，總計辦理了55梯次的評選作業，評選出4,499冊優質好書。如果您還在如何為孩子挑選好書傷腦筋，那您就更不能錯過這些得獎的年度好書。您可以借閱這些好書，與孩子一起共讀；您也可以透過活動和孩子一起來參與好書閱讀活動喔！

## 2008好書大家讀 年度最佳少年兒童讀物展

為鼓勵兒童、青少年閱讀並推廣優質少年兒童讀物，2008好書大家讀得獎圖書將自3月29日至4月30日於臺北市立圖書館總館及各分館展出，讀者除可以於書展期間至圖書館閱讀好書外，亦可透過本館網站好書通報網頁瀏覽年度得獎好書之介紹。

## 好書字謎填填看

書展期間，您可以一邊閱讀好書，一邊挑戰專為好書大家讀活動所設計的好書字謎。您可以至各閱覽單位索取或自行下載「好書字謎填填看」活動單，填答後交給館員即有機會獲得精美小禮物！數量有限，送完為止！

## 館長推薦的必讀好書

在86本獲獎的圖書中，曾淑賢館長特別推薦年度必讀的得獎好書，想知道館長推薦的必讀好書嗎？你也想分享精采好書的內容嗎？歡迎您至本館好書通報網頁「悅讀部落」（網址：<http://tpmlcg.pixnet.net/blog>）分享您的閱讀心得及參與討論。





## 教育關懷

為響應2009「教育關懷年」本館規劃「與閱讀做朋友」、「陽光·希望·愛」、「讀出關懷情」以及「藏不住的書香愛」募書活動，誠摯邀請大家一起來關懷身旁需要協助的孩子們。

### 《與閱讀做朋友》弱勢學童閱讀服務

本館南區分館特別為低收入戶兒童、新住民子女、單親及隔代教養兒童、原住民兒童辦理系列活動，希望能提供兒童良好的課後學習環境，培養兒童主動閱讀之習慣，並提升兒童閱讀樂趣。全勤參與活動的小朋友，更可獲得閱讀好禮哩！詳細活動內容，請逕洽辦理分館。

#### 力行「愛·關懷·閱讀趣」

辦理館別：力行分館（02-86612196）

活動日期：04/01-06/30

- 活動內容：1. 圖書館利用教育  
2. 閱讀活動  
3. 關懷弱勢影片欣賞  
（每週四14:00-16:00）  
4. 關懷弱勢圖書展

#### 大安與閱讀做朋友

辦理館別：大安分館（02-27325422）

活動日期：04/22-06/10

- 每週三 13:30-16:00  
活動內容：1. 課業指導  
2. 閱讀活動  
3. 課外閱讀時間

#### 王貫英與閱讀做朋友

辦理館別：王貫英先生紀念圖書館  
（02-23678734）

活動日期：04/01-06/10

- 每週三 13:40-16:30  
活動內容：1. 課業指導  
2. 閱讀活動  
3. 書展

#### 萬興與閱讀做朋友

辦理館別：萬興分館（02-22345501）

活動日期：04/01-06/12

- 每週三 13:30-16:30  
活動內容：1. 課後輔導陪讀 2. 培養閱讀力—閱讀課外書籍  
3. 工欲善其事，必先利其器—介紹免費圖書館資源 4. 讀報教育 5. 故事耳朵—林老師說故事、英語志工說故事、讀後心得分享 6. 影片欣賞 7. 才藝學習

#### 道藩與閱讀做朋友

辦理館別：道藩分館（02-27334031）

活動日期：04/15-06/15

- 活動內容：1. 閱讀能力主題書展  
2. 「如何提升弱勢學童的閱讀能力？」講座  
（06/13 週六14:00-16:00）

#### 文山「圖書館閱讀趣」

辦理館別：文山分館（02-29315339）

活動日期：04/01-06/12

- 每週三、週五 13:30-16:30  
活動內容：1. 課業指導  
2. 閱讀活動  
（英語繪本故事時間、聽！歷史說故事）

#### 木柵「圖書館閱讀趣」

辦理館別：木柵分館（02-29397520）

安康民閱（02-29390180）

活動日期：04/01-06/10

- 每週三、週五 13:30-16:30  
活動內容：1. 課業指導  
2. 閱讀活動  
（繪本故事時間、學習與創作DIY）

#### 遨遊書海天地寬

辦理館別：永建分館（02-22367448）

活動日期：04/01-06/12

- 每週三 14:00-16:00  
活動內容：1. 閱讀及課業指導  
2. 「簡單四步驟 增強讀書力」講座  
（04/25週六 10:00-12:00）

#### 樂在閱讀集點活動

辦理館別：城中分館（02-23938274）

活動日期：04/01-06/15

- 活動內容：由小朋友至圖書館借書、寫閱讀心得、解答「小博士信箱」題目，即可參加集點活動，集滿10點即贈送神秘禮物

#### 閱讀繽紛樂

辦理館別：景景分館（02-29328457）

活動日期：04/01-06/24

- 每週三或週五 14:30-16:30  
活動內容：1. 影片欣賞 2. 品味春茶香 3. 來讀好書 4. 魔術Show 5. 阿Sir與打火英雄—參觀臺北市政府警察局文山二分局、景美消防隊 6. 愛上圖書館 7. 藝術開門—參觀臺北市立教館文山分館 8. 成果發表

#### 打開閱讀的窗

辦理館別：景景分館（02-29331244）

活動日期：04/01-06/24

- 每週三 14:00-16:00  
活動內容：1. 課業指導 2. 閱讀活動  
（繪本故事時間、讀經很簡單、圖書館利用教育、烏拉拉畫室）

## 「陽光·希望·愛」關懷影展

本館北區分館精選「關懷弱勢」主題系列電影於北區各分館播映，免費提供社區民眾觀賞。本次影展特別挑選了「岡男孩」、「明日的記憶」、「聽見天堂」及「無米樂」等多部熱門好片，場場精采，千萬不要錯過。

你我多一點關心，社會就多一份溫暖！讓我們透過大螢幕，感受人間的愛與溫馨！本活動完全免費，歡迎民眾踴躍前往觀賞。4月份播映場次如下表，5至6月場次可上網至本館「活動報導」網頁瀏覽。

| 日期        | 時間          | 影片         | 地點    |
|-----------|-------------|------------|-------|
| 04/01 (三) | 13:30~15:30 | 美麗境界       | 內湖分館  |
| 04/01 (三) | 14:00~16:00 | 聽見天堂       | 東湖分館  |
| 04/08 (三) | 14:00~16:00 | 走出寂靜       | 東湖分館  |
| 04/08 (三) | 18:30~20:30 | 等待飛魚       | 天母分館  |
| 04/08 (三) | 14:00~16:00 | 羅倫佐的油      | 北投分館  |
| 04/08 (三) | 13:30~15:30 | 聽見天堂       | 內湖分館  |
| 04/10 (五) | 18:30~20:30 | 美麗境界       | 西湖分館  |
| 04/11 (六) | 10:00~12:00 | 我們三個+月亮的小孩 | 士林分館  |
| 04/11 (六) | 18:00~20:00 | 岡男孩        | 稻香分館  |
| 04/11 (六) | 18:30~20:30 | 明日的記憶      | 石牌分館  |
| 04/12 (日) | 09:30~11:30 | 馬拉松小子      | 葫蘆堵分館 |
| 04/15 (三) | 14:00~16:00 | 我們三個+月亮的小孩 | 北投分館  |
| 04/15 (三) | 18:30~20:30 | 走出寂靜       | 天母分館  |
| 04/15 (三) | 13:30~15:30 | 放牛班的春天     | 內湖分館  |
| 04/15 (三) | 14:00~16:00 | 潛水鐘與蝴蝶     | 東湖分館  |
| 04/15 (五) | 18:30~20:30 | 羅倫佐的油      | 西湖分館  |
| 04/18 (六) | 10:00~12:00 | 無米樂        | 士林分館  |
| 04/18 (六) | 18:30~20:30 | 聽見天堂       | 清江分館  |
| 04/22 (三) | 18:30~20:30 | 有你真好       | 天母分館  |
| 04/22 (三) | 14:00~16:00 | 岡男孩        | 東湖分館  |
| 04/22 (三) | 14:00~16:00 | 明日的記憶      | 北投分館  |
| 04/22 (三) | 13:30~15:30 | 潛水鐘與蝴蝶     | 內湖分館  |
| 04/25 (六) | 10:00~12:00 | 39磅的愛      | 士林分館  |
| 04/25 (六) | 18:00~20:00 | 美麗境界       | 稻香分館  |
| 04/26 (日) | 09:30~11:30 | 聽見天堂       | 葫蘆堵分館 |
| 04/29 (三) | 14:00~16:00 | 我們三個+月亮的小孩 | 東湖分館  |
| 04/29 (三) | 13:30~15:30 | 岡男孩        | 內湖分館  |
| 04/29 (三) | 14:00~16:00 | 美麗境界       | 北投分館  |
| 04/29 (三) | 18:30~20:30 | 無米樂        | 天母分館  |

## 「西湖愛樂賞析講座」精彩登場

由西湖分館精心安排的愛樂賞析講座，4至6月邀請到喜愛閱讀的音樂家黃瑞芬（Zoe）老師帶來一系列音樂與文學的饗宴。音樂與文學像一對翅膀，在藝術的世界裡一同遨遊，也許您曾同時望見這對翅膀，或是只有看到一邊，藉由Zoe老師的導賞，能讓您跟講師一樣將閱讀與聆聽變成密不可分的摯友。

Zoe老師除了是知名的鋼琴演奏家及聲樂家外，更身兼作家及臺北愛樂電臺「室內閒話」節目主持人，多才多藝，且其生動風趣的演說風格，更是深受大眾的喜愛。

西湖愛樂賞析講座時間在每個月最後一週週六下午2:30至5:30，邀請您在周末時光讓音樂陪伴您的生活更加充實幸福。每場講座提供講師著作或推薦之圖書或CD 3份做為有獎徵答小禮物，誠摯邀請愛樂的您一同參與。本系列講座採自由入座方式，不需事先報名，敬請準時入場。每場講座提供「公務人員終身學習」及「臺北市終身學習護照」認證3小時。洽詢電話：27973183

| 活動日期                 | 講座主題                      |
|----------------------|---------------------------|
| 4/25 (六) 14:30-17:30 | 德國浪漫大師的傲慢與偏見—當貝多芬遇見珍奧絲汀   |
| 5/30 (六) 14:30-17:30 | 法國月光下的包法利夫人—當文學與音樂成為咖啡歐蕾  |
| 6/27 (六) 14:30-17:30 | 俄羅斯永恒戀人的歌聲—當愛情成為文學與音樂的第三者 |

## 樂齡學習資源中心知多少？

什麼是樂齡.....「樂齡」一詞源自新加坡對於銀髮長者的尊稱，鼓勵銀髮族快樂學習而忘齡。

~凡年滿55歲設籍北市的朋友，都可以加入中心參與課程及活動~  
需要更詳細的中心資訊及介紹，可洽大安區樂齡學習資源中心。  
電話：27552823分機2302





【每月一書】時間管理 幸福學

| 活動項目                 | 放映時間                                                                                                                                                                                                    | 地點、電話                                              |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 市重電影院                | 每週二 18:30<br>04/07 美麗誘惑 (普)<br>04/14 超級麥高臣 (普)<br>04/21 贖罪 (譯)<br>04/28 媽媽的後現代生活 (普)<br>每週日 10:00<br>04/05 太陽公主 (普)<br>04/12 史瑞克2 (普)<br>04/19 小粗的故事 (普)<br>04/26 外星人報到 (譯)                             | 總館B2演講廳<br>2755-2823#2802                          |
| 親子電影院                | 04/11 (六) 09:30-12:00<br>普羅高非夫：三橋愛 (歌劇)<br>每週六 10:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔) | 總館8樓團體欣賞室<br>2755-2823#2802                        |
| 表演藝術同樂會              | 每週六 10:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔)                                            | 民生分館 2713-8083                                     |
| 民生週末未來電影             | 每週六 10:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔)                                            | 民生分館 2713-8083                                     |
| 三民週日影展－Sunday Movies | 每週六 10:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔)                                            | 三民分館 2760-0408                                     |
| 用心看電影                | 每週六 10:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔)                                            | 啟明分館 2514-8443                                     |
| 永春分館假日電影院            | 每週六 10:00-12:00<br>04/11 國家寶藏 (普)<br>04/18 秘密花園 (普)<br>04/25 超人特攻隊 (普)<br>每週日 14:00-16:00<br>04/05 新天堂樂園 (譯)<br>04/12 記憶拼圖 (輔)<br>04/19 危機四伏 (輔)<br>04/26 美麗境界 (輔)                                      | 永春分館 2760-9730<br>三興分館 8732-1063<br>六合分館 2729-2485 |
| 三興兒童電影院－週三Fun電影      | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 永春分館 2760-9730<br>三興分館 8732-1063<br>六合分館 2729-2485 |
| 六合兒童電影院－週三Fun電影      | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 永春分館 2760-9730<br>三興分館 8732-1063<br>六合分館 2729-2485 |
| 中山假日電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 中山分館 2502-6442                                     |
| 大直假日電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 大直分館 2533-6535                                     |
| 大直兒童電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 大直分館 2533-6535                                     |
| 大同假日電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 大同分館 2594-3236                                     |
| 大同兒童影片欣賞             | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 大同分館 2594-3236                                     |
| 萬華分館假日電影院－電影萬花筒      | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 萬華分館 2339-1056                                     |
| 文學的異想世界－電影賞析         | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 道藩分館 2733-4031                                     |
| 大安假日電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 大安分館 2732-5422                                     |
| 哈特“HOT”假日電影院         | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 王實英先生紀念圖書館<br>2367-8734                            |
| Fun輕鬆電影院             | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 景美分館 2932-8457                                     |
| 大橋兒童電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 木柵分館 2939-7520                                     |
| 木柵星光電影院              | 每週三 14:30<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)<br>每週日 14:00<br>04/05 草地英雄 (普)<br>04/12 哆啦A夢－風之使者 (普)<br>04/19 哆啦A夢－機器人王國 (普)<br>04/26 小鬼當家又難纏 (普)      | 木柵分館 2939-7520</                                   |



作者：吳淡如  
出版社：方智

### § 書籍介紹

你是不是覺得自己很努力，完成的事卻不多？是否覺得老是很忙，卻沒有對等的收穫？一個人的時間管理，和他的自信、對生活的掌握和他的能力與理想，都有絕對的關係。吳淡如跟你分享不再被時間玩弄的獨家秘訣。別人老是問我：「你這麼忙，怎麼有時間畫畫畫？」「你這麼忙，怎麼有時間畫EMBA？」為什麼？我仔細端詳自己的生活，在多年的挫折經驗裡，我歸納了一些原則、一些小聰明，來應付這個充滿資訊的時代，並且安穩悠閒的過著我要過的生活。

- 如何在時間夾縫中尋找空間
- 你的生活是否存在著殺死時間的八個劊子手
- 管好自己與時間的十個法則
- 值得效法的時間管理大師
- 打通時間關節的魔法

忙的時候如果心亂，那就表示：我們在時間管理上出了一些麻煩。如果能夠忙而不亂，那麼，忙碌的成就感會蓋過壓力和

心慌。我還滿喜歡忙的，甚至利用「忙」來管理我的時間。時間管理最重要的不是how to，而是原則。

## § 作者介紹

吳淡如，臺大法律系，臺大中文研究所、臺大EMBA雙碩士。她說自己天生反骨，十歲就立志當作家，儘管有人勸她寫作會餓死，但她就是義無反顧。她不停的學習，不停的改變，只想發掘短暫人生的種種可能。

她曾經是個非常浪費時間的人，考上臺大之後，常蹺課、談戀愛，直到修八堂課，有四科不及格，一向給高分的老師給了她史上最低分，她才終於體會到「累積時間的力量」。就算沒有天分，只要願意每天花一點時間，做同樣一件事，不知不覺就會走得很快。

她就是在這些挫折與經驗中，歸納了一些原則，一些小聰明，來應付這個充滿資訊的時代，並安穩悠閒的過著自己想要的生活。淡如說：管理好自己和時間的關係，不是要為了做更多的事、更加忙碌，而是為了要有足夠的時間享受生活，就讓我們擁有一個既充實又舒暢的人生。

## 每月一書講座

## 《時間管理幸福學》

講座時間：4月18日（週六）下午2:30  
主講人：吳淡如

(知名)

地點：總館10樓會議廳  
(臺北市大安區建國南路  
2段125號)

本活動為「公務人員終身學習」及「臺北市終身學習護照」認證課程

每月一書線上讀書會

歡迎讀者利用臺北市教育入口網  
「臺北市立圖書館每月一書線上讀書會」  
分享您的閱讀心得。  
(網址：[http://www.tp.edu.tw/book/club\\_library.jsp](http://www.tp.edu.tw/book/club_library.jsp))

## 聽奧

### 【小百科】

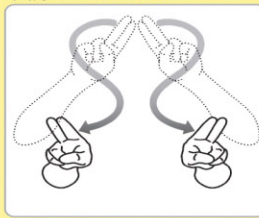
# 2009臺北聽障 奧林匹克運動會

2009年臺北聽障奧運所使用的官方語言是「國際手語」。

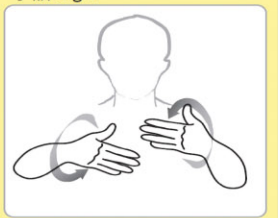
手語是什麼？就是用十個手指，配合面部表情，加上優美的肢體動作在空中打出的視覺語言。



國際 international



手語 sign



資料來源：2009年臺北聽障奧林匹克運動會學習手冊第13頁。



